



# ESCOLA INFANTIL

## ABRIL 2024



	LUNS	MARTES	MÉRCORES	XOVES	VENRES
Semana 1	01/04/2024	02/04/2024	03/04/2024	04/04/2024	05/04/2024
	BRECOL A CASEIRA XARDA CON ALLO E PEREXIL PATACAS COCIDAS FROITA	SOPA DE FIDEOS TORTILLA DE PATACA LEITUGA E TOMATE IOGUR	CREMA CAMPEIRA GUISO DE PORCO CON PATACAS FROITA	LENTELLAS VEXETAIS POLO O ALLO ARROZ IOGUR	CREMA DE CENORIA FIDEOS GUISADOS CON ATÚN FROITA
	Vaso de leite, cereais de avena e froita	Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, cereais con mel. Froita	Vaso de leite, bolechas tipo maria con marmelada e manteiga. Froita	Vaso de leite. Tostas de xamón serrano. Froita
	Escalope de pavo con cous cous de verduras Lácteo	Brocoli salteado con bacallao e pataca Froita	Lasaña de peixe e espinacas Lácteo	Peixe o forno con arroz integral Froita	Tortilla de francesa con patacas e verduras Lácteo
Semana 2	08/04/2024	09/04/2024	10/04/2024	11/04/2024	12/04/2024
	CREMA DE CABACIÑA ESTUFADO DE PORCO CON MACARRONS FROITA	GARAVANZOS ESTUFADOS TORTILLA DE ATÚN ENSALADA DE LEITUGA, CENORIAS E OLIVAS IOGUR	SOPA DE VERDURAS CON PIÑONS Lombo ASADO EN SALSA DE PIQUILLOS ARROZ FROITA	CODIÑOS CON ALLO E PEREXIL PESCADA A GALEGA BROCOLI O VAPOR CON PATACAS FROITA	CALDO VEXETAL XAMONCIÑOS DE POLO O FORNO ARROZ IOGUR
	Vaso de leite, cereais de avena e froita	Iogur natural, pan tostado con tomate e aceite de oliva. Froita	Vaso de leite, bolachas tipo maria. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, pan con xamon serrano. Froita	Vaso de leite, panc con aciete de oliva e queixo fresco. Froita
	Rapante con patacas e bastonciños de cabaciña Lácteo	Ensalada de polo Froita	Salmón o forno salteado con verduras e patacas Lácteo	Verduras guisadas con dados de lombo Lácteo	Tortilla de berenxena con ensalada de tomate Froita
Semana 3	15/04/2024	16/04/2024	17/04/2024	18/04/2024	19/04/2024
	SOPA DE CABELLIN FILETE DE PESCADA EN SALSA DE TOMATE E ALBAHACA ARROZ CON VERDURAS IOGUR	FABAS ESTUFADAS RAGOUT DE PORCO CON PATACAS FROITA	CREMA DE XUDIAS FIDEUA DE POLO FROITA	GARAVANZOS CON ESPINACAS TORTILLA DE PATACA ENSALADA DE LEITUGA, CEBOLA, MILLO E CENORIA IOGUR	TALLARINS CON TOMATE XARDA A MARIÑEIRA BRECOL E CENORIA FROITA
	Vaso de leite, pan integral con aceite de oliva e peituga de pavo. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, cereais con mel. Froita natural	Vaso de leite, pan con multicereais con tomate e aceite de oliva. Froita	Iogur natural, bolachas de avena con plátano. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, biscoito caseiro. Froita
	Minestra de verduras con taquiños de tenreira Froita	Tortilla francesa con ensalada variada Lácteo	Arroz salteado con taquiños de salmón e berenxena Lácteo	Fideos con lomo e verduras Froita	Escalope de pavo con xardiñeira e pataca Lácteo
Semana 4	22/04/2024	23/04/2024	24/04/2024	25/04/2024	26/04/2024
	CREMA DE CABAZA POLO AS FINAS HERBAS PATACAS GUISADAS FROITA	MINESTRA SALTEADA XURELO O FORNO CODIÑOS IOGUR	SOPA DE VERDURAS CON FIDEOS Lombo ASADO ARROZ FROITA	MACARRONS CON VERDURAS LENTELLAS ESTUFADAS CON POLO IOGUR	ARROZ TRES DELICIAS PESCADA O FORNO LEITUGA E TOMATE FROITA
	Vaso de leite, cereais de arroz inflado. Zume de laranxa natural	Vaso de leite, pan con xamón cocido. Froita	Vaso de leite, bolechas tipo maria con marmelada e manteiga. Froita	Vaso de leite. Tostas de xamón serrano. Froita	Vaso de leite, panc con aciete de oliva e queixo fresco. Froita
	Ensalada de atún e pataca cocida Lácteo	Xudias verdes con dados de tenreira Froita	Brocoli salteado con salmón e pataca Lácteo	Bacallo a prancha con salteado de cabaciña, berenxena e cenoria Froita	Verduras guisadas con dados de lombo Lácteo
Semana 5	29/04/2024	30/04/2024	01/05/2024	02/05/2024	03/05/2024
	CREMA DE VERDURAS TENREIRA GOBERNADA CON ARROZ IOGUR	SOPA DE PIÑONS PUCHERO DE POLO CON PATACAS FROITA			
	Vaso de leite, cereais de avena e froita	Iogur natural, pan tostado con tomate e aceite de oliva. Froita			
	Rapante con patacas e bastonciños de cabaciña Froita	Cabaciña rechea de atún con arroz integral Lácteo			

Garante que estas menús foron planificados segundo os principios dietético-nutricionais establecidos pola OMS (Organización Mundial da Saúde) en alimentación escolar e van ser elaborados con materias primas de 1ª calidade. Se desexa consultar o menú online visite [www.arumeservicios.com](http://www.arumeservicios.com)

